

Spelnivåer Padel

NIVÅ	GRUNDSLAG	SERVE	GLASSLAG	VOLLEYS	OVERHEADS	POSITION / TAKTIK
1	Svårt att ha bollen igång.	Svårt	Svårt	Svårt	Svårt	Svårt
2	Börjat att hålla igång bollen, men svårigheter med placering och undviker gärna backhandslag.	Får in serven ibland.	Försöker ibland att slå slag efter en glassstuds, lyckas sällan.	Testat att ta dig fram vid nät. Osäker volley, men får in den ibland.	Försöker ibland att slå smash, lyckas sällan.	Svårt
3	Bekvämt med grundslagen forehand, backhand, lobb och får ofta in bollen.	Du får oftast in serven, och slår sällan dubbelfel.	Fortsatt ganska begränsad användning av glaslet.	Tryggare med volleyslagen, ditt fokus är på att få in bollen.	Du har endast en variant av smash och primärt fokus är att få in bollen.	Viss förståelse för positionering, men står ofta fel. Hamnar i ingenmansland.
4	Betydligt säkrare forehand och backhand. Kan hålla igång bollen 10-15 slag över nät.	Du slår i princip aldrig dubbelfel och går på nät på förstaserven.	Börjar bli mer trygg med glaslet. Kan ta bollen efter studs i glas och slå bollen i eget glas över nät.	Du är bekvämt med volleys och missar mindre, kommer fram på nät efter serve.	Du får oftast in din smash.	Du börjar röra dig rätt tillsammans med din partner och ni arbetar mer som ett lag.
5	Som nivå 4 och även god kontroll under press.	Du går på nät på båda servarna och kan variera serven.	Som nivå 4. Behärskar även att snurra vid dubbelglas och att slå bollen i eget glas över motståndarna.	Du kan variera hastighet och placering på dina volleyslag utan att missa.	Du kan använda olika typer av smash (placeringssmash, attacksmash och sidskruvad smash) med god placering utan att missa.	Bra kommunikation och rörelse med din partner. Ni strävar efter nätposition. Egen regelbunden träning.
6	Som nivå 5 och behärskar tre olika grundslag (platt, slice och open stand) med olika hastighet, placering och spin.	Du kan serva i olika hastighet med varierad placering samt använda spin. Din serve är ett offensivt vapen.	Som nivå 5. Behärskar även att försvara hörnen.	Som nivå 5 inpekar tillägget att du nu behärskar olika typer av spin flera slag i rad. Behärskar tre olika volleys (Transportvolley, attackvolley och blockvolley).	Som nivå 5, och du börjar använda bandeja och vibora i ditt spel.	Som nivå 5 och du och din partner kan anpassa spelstrategi efter motståndet. Ni kan även ändra strategi under spelets gång.
7	Som nivå 6 - Du är mycket trygg med grundslagen och kan variera placering och tryck beroende på motståndare och spelsituation.	Som nivå 6, och du börjar få mer spelövertag med din serve.	Som nivå 6 och börjar nu se glasen som en vän och ett vapen.	Som nivå 6 fast allt bättre tyngd i slagen och mycket bra precision.	Som nivå 6, och du har bra kontroll på alla dina overheadslag och kan välja rätt overheadslag vid olika situationer.	Som nivå 6 och har många olika strategier som lag för att vinna matcher. Ändrar aldrig ett vinnande spel.
8	Behärskar alla grundslag i alla spelsituationer på hög nivå.	Din serve är ett offensivt vapen.	Nyttjar glasen vid allt svårare slag och förstår den taktiska fördelen som glasen kan erbjuda. Bakglas samt sidoglas.	Dina volleys är nu mycket bra och ger stora problem även för väldigt bra motståndare.	Dina overheads är nu mycket bra och ger stora problem även för väldigt bra motståndare.	Du har mångårig kunskap om spelet och hög förståelse för strategi. Kan läsa och utnyttja motståndares svagheter tillsammans med din partner.
9	Behärskar alla grundslag i alla spelsituationer på hög nationell nivå.	Din serve har inte lika stor betydelse som offensivt vapen eftersom motståndarna håller väldigt hög nivå. Den blir mer en del av spelstrategin.	Nyttjar glasen så mycket som det går, de är ett viktigt vapen för dig i att vända dueller.	Din volley håller hög nationell nivå.	Dina overheads håller hög nationell nivå.	Du håller hög nationell nivå.
10	Behärskar alla grundslag i alla spelsituationer på hög internationell nivå.	Din serve har inte lika stor betydelse som offensivt vapen eftersom motståndarna håller väldigt hög nivå. Den blir mer en del av spelstrategin.	Nyttjar glasen så mycket som det går, de är ett viktigt vapen för dig i att vända dueller.	Din volley håller hög internationell nivå.	Dina overheads håller hög internationell nivå.	Du håller hög internationell nivå och du är en mästare i taktik och spelupplägg.

Skalan är gjord efter normalt vältränade spelare.

Är du mycket vältränad eller otränad påverkar det totalbedömningen uppåt eller nedåt.

För att komma upp i nivå och undvika skador rekommenderas rätt grepp, dvs continentalgrepp. (även kallat hammargrepp)